

姿勢調整オイルトリートメント



背面（足部・背中）

背面の筋肉をもみほぐしてからオイルトリートメントへと入ります。全身の土台である足部・自律神経の通り道である背中を丁寧に流します。



表面（足部・ハンド）

背面の筋肉をもみほぐしてからオイルトリートメントへと入ります。首肩コリの根本原因は腕や手先から来ていることが実は多いんです。



表面（お腹・デコルテ）

腸は第二の脳。幸せホルモンも実はお腹で作られています。デコルテをゆるめることで呼吸は深まり、全身へ酸素を行き届かせ血流促進にもつながります。



お仕上げ

最高の状態で、最後に頭部にも刺激を入れます。そして全身のストレッチで仕上げていきます。